

**PENGARUH KOMBINASI *HYPNOBREASTFEEDING* DAN PIJAT  
OKSITOSIN TERHADAP PRODUKSI ASI IBU POST PARTUM  
DI KLINIK PRATAMA FITRI ASIH DESA SIGARA GARA  
KECAMATAN PATUMBAK KABUPATEN  
DELI SERDANG TAHUN 2020**

**Eka Sri Wahyuni, Megawati Sinambela, Sriyati**

Sarjana terapan Kebidanan Fakultas Kebidanan Institut Kesehatan Deli Husada  
Deli Tua.

Email : [Sriyati.midwife@gmail.com](mailto:Sriyati.midwife@gmail.com)

***Abstrak***

*Latar Belakang: Kebutuhan nutrisi sejak usia dini dapat dicapai melalui pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif yang merupakan nutrisi bayi sejak lahir sampai 6 bulan tanpa memberikan makanan/minuman pendamping. Kurangnya produksi ASI adalah salah satu alasan para ibu untuk memberi susu formula pada bayinya. Penyebab rendahnya pemberian ASI Eksklusif adalah produksi ASI hari pertama sampai hari ketiga postpartum dikarenakan kurangnya rangsangan hormone oksitosin dan prolaktin yang berperan dalam kelancaran produksi ASI yang menyebabkan ASI tidak segera keluar serta perasaan cemas ibu saat menghadapi persalinan yang menyebabkan hormone oksitosin menurun sehingga produksi ASI terganggu. Untuk pengeluaran ASI yang cukup dibutuhkan upaya non farmakologis berupa pijat oksitosin dan hypnobreastfeeding. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efek kombinasi Hypnobreastfeeding dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (quasi eksperimen) dengan rancangan post-test only group desain. Populasi adalah ibu postpartum hari pertama sampai hari ketiga dengan jumlah sampel 11 eksperimen dan 11 kontrol. Data dianalisis menggunakan uji Regresi Linear. Hasil : ada peningkatan yang signifikan dari produksi ASI pada kelompok eksperimen dan kontrol dengan p value 0,000 (<0,05). Kesimpulan : Terjadi peningkatan sekresi ASI yang bermakna pada ibu postpartum setelah diberi kombinasi hypnobreastfeeding dan pijat oksitosin.*

***Kata Kunci : Hypnobreastfeeding, Pijat Oksitosin, Produksi ASI.***

## I. Pendahuluan

Dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi, *United Nation Childrens Fund* (UNICEF) dan *World Health Organization* (WHO) meromendasikan sebaiknya bayi hanya disusui air susu ibu (ASI) selama paling sedikit 6 bulan, dan pemberian ASI dianjurkan sampai bayi berumur dua tahun (WHO, 2018). Agar ibu dapat mempertahankan ASI eksklusif selama 6 bulan, WHO merekomendasikan agar melakukan inisiasi menyusui dini dalam satu jam pertama kehidupan, bayi hanya menerima ASI tanpa tambahan makanan atau minuman, termasuk air, menyusui sesuai permintaan atau sesering yang diinginkan bayi, dan tidak menggunakan botol atau dot (WHO, 2018).

Sedangkan Angka Kematian Bayi di Indonesia berdasarkan Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 masih cukup tinggi yaitu sebesar 32 kematian per 1.000 kelahiran hidup (SDKI, 2012) target *Sustainable Sustainable Development Goals* (SDG's) dalam *The 2030 Agenda For Sustainable Development* menargetkan pada tahun 2030 dapat mengurangi angka kematian neonatal paling sedikit 12 per 1.000 kelahiran hidup dan kematian pada anak di bawah usia 5 tahun paling sedikit 25 per 1.000 kelahiran hidup (SDG's)

Dalam menanggulangi hal ini, Pemerintah telah menetapkan Peraturan Pemerintah No 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian ASI eksklusif, Peraturan Pemerintah tersebut menyatakan bahwa setiap bayi harus mendapatkan ASI eksklusif yaitu ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (Kemenkes, 2012).

Selain itu, Produksi ASI ibu yang kurang pada hari-hari pertama post partum disebabkan adanya kecemasan

dan ketakutan yang dirasakan ibu pada saat menjelang persalinan, kecemasan dan ketakutan tersebut dapat menurunkan hormone oksitosin sehingga ASI tidak dapat keluar segera setelah melahirkan. Sehingga akhirnya ibu memutuskan untuk memberikan susu formula pada bayinya.

Pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor produksi dan pengeluaran. Produksi ASI dipengaruhi oleh hormone prolaktin sedangkan pengeluaran dipengaruhi oleh hormone *Oksitosin*. Pijat Oksitosin merupakan salah satu solusi untuk mengatasi ketidaklancaran produksi ASI.

Dalam menanggulangi masalah tersebut, Upaya alami yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan dan rasa ketakutan ibu yakni memberikan terapi *hypnobreastfeeding*, yang mana perlakuan tersebut dapat memberikan rasa nyaman dan rileks sehingga ibu menyusui berjalan dengan lancar serta memberikan pijat oksitosin yang dilakukan dengan cara pemijatan pada sepanjang tulang belakang (*vertebrae*) sampai tulang costae 5 sampai ke 6 sehingga dapat membantu merangsang pengeluaran hormon oksitosin dan ASI pun cepat keluar.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di Klinik Pratama Fitri Asih Desa Sigara-gara Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang pada Maret 2020 terdapat 30 ibu postpartum. Dari 15 ibu postpartum 10 diantaranya mengalami pengeluaran ASI yang lambat dan 5 diantaranya pengeluaran ASInya lancar. Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI di Klinik Pratama Fitri Asih Desa Sigara-gara Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang tahun 2020.

## II. METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode penelitian *quasy-experimental* (eksperimen semu), bentuk desain penelitian yang dipilih adalah *Post-test Only Control Group Design*. Dalam desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipilih secara random. Dalam desain ini baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol dibandingkan. Kelas eksperimen yang mendapatkan perlakuan sedangkan kelas kontrol tidak mendapatkan perlakuan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum hari pertama sampai hari ketiga di Klinik Pratama Fitri Asih Desa Sigara-gara Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang dari bulan Mei-Juni 2020 sejumlah 22 ibu post partum. Sedangkan Sampel pada penelitian ini adalah sebagian ibu nifas postpartum di Klinik Pratama Fitri Asih sebanyak 22 orang yang postpartum hari pertama sampai hari ketiga. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Total Sampling*.

Pengumpulan data menggunakan data primer dan sekunder dengan alat ukur checklist dan lembar observasi. Analisis dilakukan menggunakan Uji *Regresi Linear* untuk mengetahui pengaruh dari kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin, variabel terikat dalam penelitian ini adalah produksi ASI pada ibu *postpartum*.

## III PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden memiliki produksi ASI yang Baik daripada responden yang kurang baik produksi ASInya. Produksi ASI yang baik dapat dibuktikan dengan

melihat frekuensi menyusui bayi dalam 24 jam.

Tabel 4.3.1 Pengaruh Kombinasi Hypnobreastfeeding dan Pijat Oksitosin.

Pemberia n Terapi Kombina si	Produksi ASI					
	Kuran g Baik		Baik		Tota l	
	n	%	n	%	n	%
Hypnobra eastfeedi ng dan Pijat Oksitosi n	9	4	2	9	1	5
Tidak diberi terapi	0	0,	11	5	1	5
Diberi terapi	0	0,	0	0	1	0
<b>Jumlah</b>	9	4	13	5	2	1
		0,		9	2	0
		9		,		0
				1		

Dapat dikaitkan bahwa kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin dapat meningkatkan produksi ASI. Hal ini dipertegas dengan teori Bobak (2006), yang mengatakan bahwa perangsangan hormone oksitosin dapat memperlancar pengeluaran ASI. Perangsangan hormone oksitosin ada beberapa macam, diantaranya pijat oksitosin, hipnosis (*hypnobreastfeeding*) dan lain-lain. *Hypnobreastfeeding* berpengaruh terhadap lama pengeluaran ASI, pikiran, perasaan dan sensasi seorang ibu akan sangat mempengaruhi refleks pengeluaran SI . hormone ini akan menyebabkan sel-sel otak yang mengelola saluran pembuat susu mengerut akan berkontraksi sehingga ASI terdorong keluar dari saluran produksi ASI dan mengalir siap dihisap untuk bayi.

Penelitian ini pernah dilakukan oleh Heni dan Kusmiyati (2014), pada penelitiannya frekuensi hypnobreastfeeding yang dilakukan lebih sering dimungkinkan dapat mempersingkat waktu pengeluaran ASI yang lebih singkat. Dengan seringnya pelaksanaan hypnobreastfeeding maka pikiran, perasaan ibu akan semakin tenang dan rileks, sehingga akan memperlancar pengeluaran refleks oksitosin, yang mendorong pengeluaran ASI.

Sejalan dengan penelitian sebelumnya, pada penelitian ini juga terdapat pengaruh antara pemberian kombinasi *hypnobreastfeeding* dan pijat oksitosin dengan produksi ASI yang dilihat berdasarkan hasil signifikan dengan uji *regresi linear sederhana* nilai  $P$  value  $0,000 < 0,005$  dan di dapat nilai  $R$  sebesar 0,832, artinya bahwa ada pengaruh yang sangat kuat.

#### IV.KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh kombinasi hypnobreastfeeding dan Pijat Oksitosin terhadap produksi ASI di Klinik Pratama Fitri Asih Desa Sigaragara Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Untuk variabel *confounding* pada analisis univariat, seperti umur, pendidikan dan pekerjaan. Pada kategori Usia mayoritas pada kelompok intervensi mayoritas responden berusia 25-29 tahun sebanyak 5 orang (22,72%), responden berpendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 10 orang (45,45%) dan mayoritas responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 9 orang (40,90%).
2. Kategori Pengaruh kombinasi hypnobreastfeeding dan pijat oksitosin pemberian dengan produksi ASI, dapat kita lihat bahwa

untuk kelompok kontrol mayoritas responden yang memiliki produksi ASI kurang baik ( $< 8$  kali/hari) sebanyak 9 orang (40,9%) dan pada kelompok intervensi mayoritas responden memiliki produksi ASI baik (8-12 kali/hari) sebanyak 11 orang (50,0%).

3. Berdasarkan uji *regresi linear sederhana*, dapat kita lihat bahwa nilai  $R$  berada di 0,832 maka ada hubungan yang kuat. Untuk nilai  $R$  di dapat  $R$  square sebesar 0.692, maka interpretasinya adalah ada pengaruh kombinasi hypnobreastfeeding dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI sebesar 59,1%.
4. Berdasarkan nilai signifikansi didapat nilai  $P = 0,000$ . Apabila nilai  $P$  value ( $0.000$ )  $<$  nilai sig ( $0.005$ ), maka  $H_0$  ditolak, yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian terapi kombinasi hypnobreastfeeding dan pijat oksitosin terhadap produksi ASI.

#### V SARAN

Berdasarkan hasil penelitian Kombinasi Hypnobreastfeeding dan Pijat Oksitosin merupakan salah satu contoh intervensi mandiri bidan dan dapat dengan mudah dipilih dalam penatalaksanaan untuk merangsang produksi ASI. Masyarakat luas khususnya ibu postpartum diharapkan mendapatkan pengetahuan dan informasi dalam upaya peningkatan produksi ASI serta dapat mengaplikasikan kombinasi hypnobreastfeeding dan pijat oksitosin.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Sari,L 2017.*Rahasia Sukses Mengoptimalkan Produksi ASI*.Yogyakarta:Fitram aya

- Aprillia, Y. 2010. *Hipnostetri*. Jakarta: Gagas Media
- Kuswandi, L. 2018. *Keajaiban HypnoBirthing*. Jakarta: Pustaka Bunda
- Roesli, U. 2012. *Panduan Inisiasi Menyusu Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta: Pustaka Bunda
- Kuswandi, L. 2014. *Hypnobirthing A Gentle Way to Give Birth*. Jakarta: Pustaka Bunda
- Marmi. 2017. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas Peripartum Care*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Hikmawati, F. 2018. *Metodologi Penelitian*. Depok: PT RajaGrafindo Persada
- Kusmiyati dan Heni. 2014. "Pengaruh Hypnobreastfeeding terhadap Kecemasan dan Waktu Pengeluaran Air Susu Ibu Pada Ibu Post Partum Primipara di Yogyakarta". *Jurnal Teknologi Kesehatan*. 10(2). Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Napilah, dkk. 2018. "Pengaruh Hypnobreastfeeding Pada Ibu Hamil Trimester III Terhadap Kecukupan ASI Pada Bayi di Puskesmas Kahuripan Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya Tahun 2018". *Jurnal Kesehatan Bidkesmas Respati*. 2(9). Tasikmalaya: Dewan Redaksi Jurnal Kesehatan Bidkesmas Respati Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Respati.
- Siti dan Nanda. 2014. "Pengaruh Hypnobreastfeeding pada Ibu hamil Trimester II dalam Pemberian ASI Eksklusif di Desa Ujungjaya Kecamatan Ujungjaya Kabupaten Sumedang tahun 2013". *Jurnal Kesehatan*. 9(2). Sumedang.
- Maryunani, anik. *Asuhan pada ibu dalam masa nifas (postpartum)*. Cetakan Pertama. Trans Info Media. Jakarta. 2009. Hal. 32-39
- Notoatmodjo, Soekidjo. *Metodologi penelitian kesehatan*. Penerbit Rineka Cipta. Jakarta. 2010.
- Bisepta dan Anita. 2017. "Hypnobreastfeeding untuk Meningkatkan Produksi ASI Ibu Menyusui yang Bekerja" *Seminar Nasional dan gelar Produk*. Blitar: Stikes Patria Husada Blitar.
- Armini, N. 2016. "Hypnobreastfeeding Awali Suksesnya ASI Eksklusif". *Jurnal Skala Husada*. 13 (1). Denpasar.
- Sari, L.P, Salimo, H, Budihastuti, U.R. (2017). "Optimizing the Combination of Oxytocin Massage and Hypnobreastfeeding for Breast Milk Production among Post partum Mothers". *Journal of Materna and Child Health*. 1(1):20-29
- Aini YN, et al (2017). "Effect of Combination of Oxytocin Massage And Hypnobreastfeeding On Uterine Involution and Prolaction Levels in Postpartum Mothers". *Belitung Noursing Journal*. 3(3):213-220.
- Ema, Rita (2017). "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Pejeruk Kota Mataram Tahun 2017". *Jurnal Kedokteran Yarsi*. 26(1):027-033.
- Sari L, et al (2017). "Optimizing the Combination of Oxytocin Massage and

- Hypnobreastfeeding for Breast Milk Production among Post Partum Mothers". *Journal of Maternal and Child Health*. 1(1):20-29
- Bidanku, 2017. *Manfaat ASI Eksklusif*.  
<https://bidanku.com> › manfaat-asi-esklusif diakses pada tanggal 22 April 2020
- CNN Indonesia, 2018. *Angka Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia Masih Rendah*.  
<https://m.cnnindonesia.com/2020/04/29-angka-pemberian-Asi-Eksklusif.html> diakses pada tanggal 29 April 2020
- Media Indonesia, 2018. *Pemberian ASI Eksklusif*  
<https://mediaindonesia.com> › read diakses pada tanggal 25 April 2020
- Aimi ASI, 2020. *ASI Eksklusif*.  
<https://aimi-asi.org> › layanan diakses pada tanggal 28 April 2020
- Infodatin, 2014. *Situasi dan Analisis ASI Eksklusif*  
[www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id) diakses pada tanggal 09 April 2020
- Unicef Indonesia, 2016. *Informasi Pemberian ASI*  
<https://www.unicef.org> › pusat-pers diakses pada tanggal 09 April 2020
- Sringati, et al. 2016. Hubungan Pengetahuan dan Motivasi Ibu Terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Desa Jono'Oge. *Jurnal Kesehatan Tadulako*. 2(1):1-75.